	FORMATO RESUMEN ANALÍTICO DE INVESTIGACIÓN TRABAJOS DE GRADO ASOCIADOS A LA PRÁCTICA/ TRABAJOS DE PRACTICA INVESTIGATIVA	CV -	
		Versión 1	Página 1 de 40

**FUNDACIÓN UNIVERSITARIA KONRAD LORENZ
CENTROS DE INVESTIGACIONES**

A continuación encontrarán los criterios para la presentación de Trabajos de Grado asociados a la práctica (TGAP) o Trabajos Práctica Investigativa (TPI). El estilo de presentación debe cumplir con los lineamientos del *Manual de Estilo de Publicaciones de la American Psychological Association* 6ª Ed. (2010).

1. IDENTIFICACIÓN GENERAL DEL TRABAJO DE GRADO ASOCIADO A LA PRÁCTICA / PRACTICA INVESTIGATIVA	
TITULO DEL TRABAJO	VALIDACIÓN DEL EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE (ERQ) EN UNA MUESTRA DE ADULTOS COLOMBIANOS
DIRECTOR TRABAJO DE GRADO/ SUPERVISOR PRACTICA INVESTIGATIVA	Carlos Humberto Vélez Ocampo
AUTOR (ES)	Lizeth Paola Canales Ramírez
PALABRAS CLAVE	Regulación emocional, reevaluación cognitiva, supresión emocional, ERQ, estrategias de regulación emocional, Modelo de regulación emocional de Gross.
AÑO / PERIODO	2020-I
MODALIDAD	Tesis de Maestría

1. DESCRIPCIÓN DEL ESTUDIO

El Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) es una herramienta valiosa y concreta a la hora de evaluar estrategias individuales de regulación emocional. Desafortunadamente en Colombia son pocos los instrumentos validados que se tienen a disposición, siendo tan recurrente la presencia de trastornos y dificultades relacionadas con dicha habilidad. El presente estudio buscó validar el cuestionario en población colombiana; se aplicó en 565 participantes entre los 18 y 69 años de diferentes regiones del territorio nacional. Luego de realizar análisis factoriales tanto exploratorio como confirmatorio, se logró corroborar la estructura de dos factores no relacionados (supresión emocional y reevaluación cognitiva) propuesta por el modelo original, así como excelentes medidas de bondad de ajuste. También se identifican medidas satisfactorias de consistencia interna y correlaciones bajas con constructos relacionados como el DERS y DASS-21.

2. INTRODUCCIÓN

Gross, (1998) en su modelo de Procesos de Regulación Emocional, plantea la Regulación Emocional (en adelante RE) como un proceso por el cual las personas manipulan sus emociones y modifican su conducta y estados fisiológicos para alcanzar objetivos, adaptarse al medio y a diferentes situaciones, con el fin de procurar el bienestar propio y colectivo. Dichos procesos involucran funciones biológicas, afectivas y cognitivas y están centradas en el autocontrol (Kinkead, Garridos & Uribe, 2011, citados por Moreta, Durán, & Gaibor, 2018).

A partir de esto, se han planteado tres procesos básicos para la RE a nivel general, que son: a) la emoción por sí sola tiene mecanismos autorregulatorios, teniendo en cuenta que no es posible que un sujeto permanezca en un estado de activación constante; es decir, por sí misma la emoción tenderá a alcanzar un estado de homeostasis con el fin de evitar un desgaste físico, emocional y cognitivo (Kappas, 2011 citado por Gómez Pérez & Calleja Bello, 2017); b) la valencia o intensidad de las emociones movilizan o paralizan, es decir, el valor o importancia que le dé el sujeto a la situación o estímulo serán capaces de modificar la emoción y las acciones que este emprenda por sí solas (Charland, 2011; Carver & Sheier, 2011 citados por Gómez Pérez & Calleja Bello, 2017) y c), las estrategias de RE modifican la emoción que se experimenta (Gross & John, 2003 citados por Gómez Pérez & Calleja Bello, 2017).

Otros enfoques conciben la RE en relación con factores como el temperamento, la autorregulación conductual y el afrontamiento, ya que también involucra el manejo exitoso de la activación emocional, facilitando un funcionamiento social efectivo al iniciar, mantener, modular o cambiar la ocurrencia, intensidad o duración de estados afectivos internos y procesos fisiológicos relacionados con la emoción, tal y como lo plantean Vargas & Muñoz, (2013). Los modelos que parten de estos elementos son el de Procesos de Regulación Emocional de Gross & John, (2003), el de Afrontamiento del Estrés de Folkman y Lazarus (1985) citados por Gross (2014,

p. 228) y el de Competencia Emocional de Saarni (1999) citado por Gross (2014, p. 333); los cuales cuentan con diferentes instrumentos o estrategias de medida relevantes en el campo clínico.

Modelo de Procesos de Regulación Emocional - Desde esta propuesta, se hace un énfasis especial en la importancia de la valoración subjetiva de la situación y del contexto para el individuo; incluida su historia de aprendizaje, así como su capacidad para elegir voluntariamente las estrategias o recursos para modificar la emoción antes, durante y después de que esta se despliega.

Los mecanismos de influencia a través de los cuales se modifican las emociones son denominados estrategias de regulación emocional y se conceptualizan como adaptativas o desadaptativas en función de las relaciones que mantienen con los síntomas psicopatológicos (Díaz, 2014; Hervás, 2011; Barlow et al., 2015; Silva, 2005). Para estos autores, las estrategias desadaptativas son aquellas directamente relacionadas con la aparición de síntomas como la evitación, preocupación, supresión, rumia, entre otras; en contraste, las adaptativas serían aquellas que se asocian con resultados como la resolución de problemas, la reevaluación o la aceptación. En este sentido, como lo plantean Mestre, Cortijo & Serrano, (2012) y Aldao, (2012) es común encontrarse con dificultades y comorbilidad entre algunos trastornos a consecuencia de fallas en la regulación de las emociones (depresión, ansiedad generalizada, ansiedad social, trastorno de estrés postraumático, entre otros). Es así como dichas falencias o escasos repertorios de tan importante proceso pueden verse reflejadas en aspectos sociales y personales problemáticos; razones por las cuales resulta particularmente necesario su abordaje y estudio desde un enfoque transdiagnóstico (Barlow et al., 2015; Silva, 2005). Así, este enfoque supone el comprender los trastornos mentales desde la base de los procesos conductuales y cognitivos causales y/o mantenedores de la gran parte de los trastornos mentales; cabe resaltar que pese a que el enfoque parte de una idea dimensional de psicopatología, radica más en la unificación de ambos enfoques (categorial y dimensional) que en un rechazo a la clasificación categorial (Sandín et al., 2012).

Para esta propuesta Gross, (2001) formula como estrategias principales para la RE la reevaluación cognitiva y la supresión emocional. La primera estrategia se refiere a un cambio cognitivo que implica la interpretación de una situación que podría provocar un impacto emocional y que ocurre antes de la generación de la emoción; lo cual modifica el impacto de la situación ya que interviene previamente a que la respuesta emocional se emita. La segunda estrategia, supresión emocional, es una forma de modulación de la respuesta que implica la inhibición del comportamiento de expresión de emociones después de generarse la respuesta emocional, sin embargo, no modifica la naturaleza u origen de esta (por lo general asociada a emociones negativas, lo cual puede crear en el individuo una sensación de incongruencia o discrepancia entre su experiencia interior y exterior). Dentro de dicho proceso, los autores formulan un modelo que explica el proceso de RE con estas dos estrategias, el proceso por el que se despliega una respuesta emocional se desarrolla a lo largo de cuatro etapas; y, para cada una de estas se pueden poner en marcha estrategias de regulación emocional que pertenecen, o bien a la categoría de reevaluación cognitiva, o a la de supresión emocional. De acuerdo con Gargurevich & de Lima, (2010), a la

categoría de reevaluación cognitiva pertenecen las estrategias de selección de la situación, modificación de la atención, y modificación de la evaluación; por otra parte, a la categoría de supresión emocional, pertenece la supresión o modulación de la expresión emocional. A continuación, se describen cada una de estas estrategias:

1) Selección de la situación: su fin es modificar o evadir la situación que potencialmente puede generar una experiencia emocional negativa, 2) Modificación de la atención: se enfoca la atención en algún estímulo o actividad que modifique el estado emocional del individuo, 3) Modificación de la evaluación: alterando la interpretación de la situación misma o elementos particulares y 4) Supresión de la expresión de la emoción como habilidad de modulación de esta.

Los argumentos de Gross & John, (2003) para justificar la elección de la reevaluación cognitiva y la supresión emocional como estrategias centrales de RE son: 1. Las personas las usan comúnmente en la vida cotidiana, 2. Son estrategias que se pueden manipular experimentalmente y definir en términos de diferencias individuales y 3. Cada una corresponde a la división de “centradas en antecedentes” o de “respuesta como tal”. En este escenario, crean el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ); una escala compuesta por diez ítems que evalúa justamente estas dos dimensiones centrales de la RE.

3. METODOLOGÍA

Participantes: En el estudio participaron un total de 565 personas, elegidas según un muestreo probabilístico por conveniencia. En cuanto a las características demográficas de los participantes, se encuentran personas entre 18 y 69 años; se contó con mayor participación por parte de las mujeres (380) que de los hombres (185), en una proporción aproximada de 2 a 1; el rango de edad más representativo con un 38% del total de participantes es el de 28 a 37 años, seguido de 18 a 27 años con el 36%; las personas mayores de 48 años tuvieron menos representación en el estudio. En cuanto a participación por departamentos del país resulta notable la colaboración del departamento de Cundinamarca con el 71,5% del total de la muestra, seguida del departamento de Antioquia con el 11,2%. La distribución de la población en nivel de estudios a nivel general fue de pregrado (44,20%), posgrado (34,20%) y pregrado incompleto (13,60%), siendo estas tres las categorías más representativas de la muestra.

Instrumentos: ERQ (Emotion Regulation Questionnaire), Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS), DASS-21

Procedimiento: Estudio Piloto De Idoneidad Semántica - Inicialmente se realizó un estudio piloto para confirmar que la traducción realizada en España es comprensible en Colombia, y, por tanto, aplicable en el contexto. El instrumento se sometió a análisis por parte de usuarios del idioma español (Colombia) que evaluaron mediante un cuestionario si se ajusta términos y expresiones utilizados en el contexto nacional. Dicho estudio fue realizado con 13 personas con un rango de edad de entre los 21 y los 75 años.

Análisis de Datos - Luego de verificar la integridad de la base de datos obtenida, se confirmó que todas las personas que respondieron el cuestionario cumplieran con los criterios de inclusión. Posteriormente se realizaron los siguientes análisis estadísticos:

A fin de obtener los índices de confiabilidad fueron estimados el alfa de Cronbach, utilizado para calcular la consistencia interna y coeficientes de correlación de Pearson entre la escala y las pruebas DERS y DASS-21 para calcular la validez concurrente. A su vez, para la validez de constructo se siguió la recomendación planteada por Lloret et al., (2014), de acuerdo con la cual es deseable dividir la muestra para realizar análisis factorial exploratorio inicial y posteriormente el confirmatorio.

La estructura factorial de los ítems que componen la escala fue calculada mediante un procedimiento escalonado de análisis factorial exploratorio (en adelante AFE) inicial y análisis factorial confirmatorio (en adelante AFC). Para el AFE se utilizaron 215 de los 565 datos, atendiendo a una previa división de la muestra para realizar dichos análisis de manera suficiente y pertinente (Lloret et al., 2014). A partir de esto se tomaron medidas de ajuste muestral a través de la prueba Kaiser, Meyer y Olkin (KMO) para corroborar la relación entre variables, además se aplicó el Test de Esfericidad de Bartlett para reconocer si la matriz de correlaciones era adecuada para realizar el AFC.

A su vez, siguiendo las recomendaciones de Lloret et al., (2014) para la extracción de factores, se utilizó el método de máxima verosimilitud. Para utilizar este método es necesario cumplir el supuesto de normalidad multivariada en las variables; sin embargo, el supuesto de normalidad es difícil de cumplir en escalas tipo Likert como la que utiliza el ERQ, por lo que se aceptan índices de asimetría y curtosis de entre -1,5 y 1.5. En el presente estudio, ninguno de los ítems se ajustó a la distribución normal de acuerdo con la prueba de Kolmogorov-Smirnov; no obstante, los índices de asimetría y curtosis fueron de entre -1,274 y 1,016.

Posterior a esto, y atendiendo a lo planteado por Lloret et al., (2014), inicialmente se realiza una rotación oblicua, si esta confirma bajos índices de correlación entre los factores se considera la solución ortogonal. Para el presente estudio la solución oblicua arrojó un índice de correlación muy bajo (- 0,108), por lo cual se utilizó la rotación Varimax.

El análisis factorial confirmatorio se realizó con los 350 participantes que no se incluyeron en el AFE. En tanto el análisis factorial exploratorio sugirió que la estructura factorial del ERQ original se ajusta a la muestra de adultos colombianos, el AFC se corrió especificando el modelo de dos factores sugerido por Gross & John, (2003) y fijando en 0 la correlación entre los mismos.

Las medidas de ajuste consideradas para este modelo fueron RMSEA (raíz cuadrada del error medio cuadrático), CFI (índice de ajuste comparativo) y SRMR (residuo estandarizado cuadrático medio). El AFC se llevó a cabo siguiendo lo planteado por García, Isabel, & Abad, (2013); a su vez se utilizó el Software AMOS en la versión 24 para desarrollar el análisis factorial confirmatorio. El resto de los cálculos fue realizado con el software SPSS en su versión 25.

4. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Estudio Piloto de Idoneidad Semántica - Con el fin de verificar la comprensibilidad de la traducción española (Cabello et al., 2014) así como si esta se adapta a las condiciones sociolingüísticas de la población colombiana, se realizó un pilotaje de la misma con una muestra de 13 personas a quienes se les solicitó identificar posibles problemas en la claridad y la estructura de las frases que componen la escala. Ahora, se tiene que si bien para realizar dicha verificación lo ideal es el uso de grupos focales, en esta ocasión se respondieron una serie de preguntas cerradas mediante un cuestionario. Los resultados se presentan en la Tabla 2. (ver anexos) En donde para calcular el acuerdo entre los participantes del pilotaje de idoneidad semántica se utilizó el Índice de Kappa de Fleiss (1981) citado por Gordillo & Rodríguez, (2009), el cual extiende la aplicación del índice Kappa de Cohen para calcular el acuerdo entre más de dos codificadores para datos de escalas tanto nominales como ordinales. Se observa que el porcentaje de acuerdo general fue de 95.38%; implicando que el Coeficiente Kappa fue de 0.91 señalando una excelente confiabilidad en los conceptos de los jueces (ver tabla 2). Por otro lado, se recogieron como recomendaciones importantes: En las instrucciones la palabra “contestase” fue señalada como poco utilizada en el vocabulario colombiano, por lo que se cambió a “contestara”. - Varios ítems se encuentran redactados de una manera similar, por lo que pueden facilitar que los participantes se confundan tanto en la lectura como respuesta de estos.

Luego de calcular el acuerdo entre los participantes del pilotaje, no se consideraron necesarios cambios significativos en la escala más que el reemplazar la palabra “contestase”, por “contestara” en las instrucciones de diligenciamiento. Esto teniendo en cuenta que, para Hispanoamérica, el pretérito imperfecto del subjuntivo, señalado con el sufijo “se”, prácticamente no se utiliza, razón por la cual se decidió usar el sufijo “ra”, forma más extensamente utilizada. A su vez, resulta pertinente señalar que para un 23% de los participantes las preguntas se tornaban repetitivas dada la estructura de la prueba.

Consistencia interna - Con el fin de verificar los índices de confiabilidad de la prueba en su aplicación en una muestra de adultos colombianos, se realizaron los siguientes análisis utilizando el Alfa de Cronbach. Por lo que en las tablas 3 y 4 se presentan los coeficientes de consistencia interna para los factores supresión y reevaluación cognitiva, respectivamente.

En la tabla 3 (ver anexos) se aprecian los ítems que conforman el factor supresión emocional; general los cuatro elementos presentan un adecuado nivel de discriminación. El Coeficiente Alfa de Cronbach fue de $\alpha = ,774$ mostrando una consistencia interna moderada.

A su vez, en la tabla 4 (ver anexos) se muestran los ítems que conforman el factor reevaluación cognitiva, en donde los elementos 1, 3 y 5 son los que presentan menores índices de discriminación no solo en el factor en específico, sino en la escala total. Para este factor el Alfa de Cronbach fue de $\alpha = ,761$, indicando al igual que en el factor anterior, una consistencia interna moderada.

Finalmente el coeficiente Alfa de Cronbach de la escala arrojó un $\alpha = .722$ para los 10 ítems del instrumento, indicando una consistencia interna moderada.

Validez de Constructo - Para el análisis factorial exploratorio, la prueba KMO arrojó un valor de ,734 indicando que la relación entre ítems y los dos factores (supresión y reevaluación) es considerable y suficiente para realizar el cálculo. A su vez, la prueba de esfericidad de Bartlett mostró un valor de ,000 mostrando que los valores son significativos, evidenciando que la muestra es heterogénea por lo que es viable proceder con el análisis. Finalmente, la Prueba de Bondad y Ajuste obtuvo un valor de ,000 siendo estadísticamente significativa.

Utilizando el método de extracción de máxima verosimilitud, y estableciendo manualmente la extracción de dos factores, se obtienen los autovalores presentados en la Tabla 5 (ver anexos).

Las cargas factoriales después de utilizar la rotación Varimax se observan en la Tabla 6 (ver anexos), en donde se aprecia el cálculo y distribución de ítems para cada factor; evidenciando una organización acorde al modelo original, en la cual en el factor Reevaluación se tienen los ítems 1, 3, 5, 7, 8 y 10 y para el factor Supresión los ítems 2, 4, 6 y 9.

Análisis Factorial Confirmatorio (AFC) - Para el primer modelo se tiene en cuenta la estructura factorial original, conformada por dos factores no correlacionados (ver figura 6 en anexos). Los resultados en las medidas de ajuste se aprecian en la tabla 7 (ver anexos).

Las medidas de bondad de ajuste resultaron insuficientes para el RMSEA, aceptables para el CFI, y excelentes para SRMR (ver Tabla 7 en anexos); por otro lado los índices de modificación muestran alta covarianza en los errores de los ítems 1 – 3; asimismo se identificaron discrepancias altas en las covarianzas para las parejas de ítems 9 – 5 y 1 – 3, pues arrojaron residuales estandarizados superiores a 2.5.

De acuerdo con Brown, (2015), una de las posibles razones para correlacionar los errores entre ítems es la redacción similar, pues en esos casos, la covarianza entre los mismos puede explicarse, no solo por su pertenencia al mismo factor, sino por una condición externa como la similitud en la presentación. En el ERQ los ítems 1 y 3 se redactan de manera muy similar; lo mismo ocurre con los ítems 7 y 10, cuya redacción es prácticamente idéntica. En ese orden de ideas, y en línea con los resultados para el primer modelo, realizar una Re especificación del modelo factorial propuesto y probar un segundo modelo, especificando una correlación entre factores de 0 y relaciones en los errores para los ítems 1 y 3, y 7 y 10. Tal como se aprecia en la figura 7 (ver anexos).

Las cargas factoriales para este modelo oscilaron entre ,27 y ,80. Además, las medidas de bondad de ajuste fueron representaron un ajuste excelente del nuevo modelo luego de realizar la Re especificación del modelo, como se muestra en la tabla 8 (ver anexos).

Validez de criterio - Se calcularon correlaciones entre las puntuaciones de cada factor de la escala ERQ, las puntuaciones obtenidas del DERS y las sumatorias parciales de los factores ansiedad, estrés y depresión obtenidas a través DASS-21. En la tabla 9 (ver anexos), se presentan los coeficientes de correlación de Pearson entre los factores del ERQ y las variables criterio consideradas.

Se evidencia cómo las puntuaciones de depresión, ansiedad y estrés del DASS-21 y la puntuación total del DERS correlacionan positivamente con el factor Supresión del ERQ e inversamente con el factor Reevaluación. La fuerza de las correlaciones es entre media y baja para el factor supresión, y muy baja o no significativa para el factor reevaluación.

Estrategias de regulación emocional en hombres y mujeres colombianos - Con el fin de analizar si hay diferencias entre hombres y mujeres al implementar las estrategias de regulación emocional (supresión y reevaluación) propuestas por Gross & John, (2003), se realizó un contraste de medias entre hombres y mujeres y para cada factor del ERQ, utilizando la prueba T para muestras independientes; los resultados se presentan en la tabla 10 (ver anexos).

Se obtuvo un $p < 0.05$, que confirma la hipótesis según la cual los hombres utilizan en mayor medida la estrategia de supresión emocional con una media de 15,53. Por otro lado, en cuanto a la estrategia de reevaluación cognitiva, no se encontraron diferencias significativas que señalen diferencias de uso entre ambos sexos.

Medidas interpretativas del ERQ- Finalmente, con el fin de tener un criterio de interpretación de las puntuaciones durante el uso de la prueba en contextos aplicados, se presentan algunas medidas de posición, dispersión y tendencia central en la tabla 11 (ver anexos).

De acuerdo con estas medidas, los hombres y mujeres que obtengan resultados que se ubiquen en el cuartil 1, tendrían puntuaciones que representan el 25% más bajo de la muestra. Así mismo, resultados por encima del cuartil tres representarían al 25% más alto de la muestra.

Finalmente, resultados mayores que el cuartil 1 y menores que el cuartil 3, representan puntuaciones que típicamente obtendrían las personas. Estas medidas se obtuvieron en población general y se presentan separadamente para hombres y mujeres únicamente en el factor de supresión emocional, dadas las diferencias significativas entre ambos sexos; con respecto al factor de reevaluación cognitiva, las medidas se presentan conjuntamente, ya que no se presentaron diferencias significativas entre estos.

Discusión - El objetivo de este estudio fue conocer y analizar las propiedades psicométricas alusivas a validez y confiabilidad del Cuestionario de Regulación Emocional ERQ; dichos resultados permiten señalar varias conclusiones. En primer lugar, la estructura factorial del instrumento planteado por Gross & John, (2003) se mantuvo; es decir, se confirmó el modelo de dos factores no relacionados de Supresión Emocional y Reevaluación Cognitiva mediante el procedimiento escalonado de análisis factorial exploratorio y confirmatorio. Este resultado ha sido consistente en los estudios de validación en otros contextos (Durán-Rodríguez & Moreta-Herrera, 2018; Pineda et al., 2018; Gargurevich & de Lima, 2010)

Resulta importante señalar las implicaciones de correlacionar los errores en las parejas de ítems 1 – 3 y 7 – 10. Los trabajos empíricos desarrollados hasta el momento, que usaron AFC, no reportaron correlación entre errores. En la presente investigación, los índices de ajuste sugirieron este procedimiento, especialmente para los ítems 1 y 3. Un análisis ítem por ítem del cuestionario, permite identificar que estas dos parejas de ítems tienen una redacción prácticamente idéntica, excepto por la variación en una o dos palabras; dicha observación fue compartida por los participantes del pilotaje de validación semántica, quienes resaltaron que algunos ítems estaban redactados de la misma manera y que su lectura resultaba confusa y repetitiva comparada con el vocabulario y uso de expresiones habituales en Colombia. Ante esto, Brown, (2015) sugiere que la covarianza en los ítems redactados de manera similar puede explicarse,

tanto por la pertenencia al respectivo factor, como la redacción, que introduce elementos externos al factor que hace que estos ítems varíen en la misma dirección.

En segundo lugar, con referencia a la validez concurrente del cuestionario versus el DERS y las sub escalas del DASS-21 (depresión, ansiedad y estrés); es posible considerar que: Dado que el DERS está diseñado de manera tal que permite identificar dificultades en la RE por medio de síntomas y conductas disfuncionales en adultos (Gratz & Roemer, 2004) y el DASS-21 por su lado, que pese a que no mide indicadores directos de RE, sí se centra en trastornos como la depresión, ansiedad y estrés (por medio de la medición de síntomas asociados), que generalmente se encuentran ligados a indicadores bajos de RE y que suelen tener altos índices de comorbilidad (Antúñez & Vinet, 2012); que en esta ocasión se aplicaron a población general, no asistentes a tratamiento psicológico, por lo que resulta necesario confirmar si los hallazgos presentados también se exhiben en población clínica.

Se encontró que los resultados obtenidos en ambos instrumentos presentan correlaciones modestas que tienden a ajustarse con el modelo de Gross & John, (2003); en donde los mecanismos de RE se conceptualizan como adaptativos (resolución de problemas, reevaluación, aceptación) o desadaptativos (evitación, preocupación, supresión y/o rumia) en función de las relaciones que mantienen con los síntomas psicopatológicos o trastornos como tal (Barlow et al., 2015; Díaz, 2014; Hervás, 2011; Silva, 2005); confirmando índices moderados de validez concurrente, coherentes con el modelo de Gross.

Referente a otros tipos de validez, para posteriores estudios se sugiere la realización de una validación de contenido por parte de jueces expertos en el área clínica y psicométrica a fin de evaluar si el instrumento constituido por 10 ítems mide todo el constructo de RE.

En tercer lugar, al querer analizar si hay diferencias entre hombres y mujeres al implementar las estrategias de regulación emocional (supresión emocional y reevaluación cognitiva), siguiendo el análisis de autores como Ribero-Marulanda & Gutiérrez, (2013), Díaz, (2014), Hervás, (2011) y Silva, (2005), quienes plantean que las mujeres tienden a suprimir sus emociones menos que los hombres, teniendo efectos positivos como mejoras en el afecto y mejor funcionamiento social. En la presente investigación se halló que efectivamente en el contexto colombiano las mujeres presentaron menores niveles de supresión que los hombres. Esto partiendo de aceptación e instauración de pautas comportamentales en las mujeres, que por lo general suelen ser más expresivas emocionalmente (Lemos & Londoño, 2006; Gartzia, Aritzeta Galan, Balluerka Lasa, & Barbera Heredia, 2012), así como las competencias y habilidades sociales y emocionales que se instauran y enseñan desde la infancia, además de los patrones y estereotipos de género que suelen seguirse y transmitirse generacionalmente; en donde al género femenino se le enseña, permite y valida la expresión de emociones y sentimientos, facilitando el desarrollo de habilidades y estrategias como la reevaluación, aceptación y solución de problemas; versus el patrón rígido y de poca expresión de sentimientos abiertamente a los hombres, generando que tiendan a suprimir dichas expresiones con mayor probabilidad. Hallazgos que pueden aportar desde la psicología clínica a ampliar y visibilizar la importancia del abordaje en el entrenamiento de repertorios más amplios de expresión emocional, flexibilidad psicológica, regulación emocional y habilidades

fundamentales como la resolución de conflictos y tolerancia al malestar (por poner un ejemplo), esenciales en el desarrollo socio emocional de niños, niñas y adolescentes tal y como lo plantean Caycedo et al., (2008) y Cano, (2011).

Esta investigación tiene como fortaleza que no se centró en la recolección de la muestra en estudiantes universitarios, ya que como se señala en la descripción de la población, no se realiza una discriminación entre estudiante, empleado y demás categorías utilizadas, sino que se profundizó en indagar otras características de la población, no limitando su distribución a una población en específica sino de amplios rangos de edad, ocupación y grado de escolaridad de la muestra recolectada.

5. REFERENTES TEÓRICOS Y EMPÍRICOS CONSULTADOS.

Aldao, A. (2012). Emotion Regulation Strategies As Transdiagnostic Processes: A Closer Look At The Invariance Of Their Form And Function. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 17 (3), 261-277.

Antúñez, Z., & Vinet, E. V. (2012). Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS - 21): Validación de la Versión abreviada en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Terapia psicológica*, 30(3), 49-55. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082012000300005>

Barlow, D., Farchione, T., Fairholme, C., Ellard, K., Boisseau, C., Allen, L., & May-Ehrenreich, J. (2015). Protocolo unificado para el tratamiento transdiagnóstico de los trastornos emocionales. Alianza Editorial.

Brown, T. A. (2015). Confirmatory factor analysis for applied research (Second edition). The Guilford Press.

Cabello, R., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., & Gross, J. J. (2013). A Spanish Adaptation of the Emotion Regulation Questionnaire. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(4), 234-240. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000150>

Cabello, R., Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., & Gross, J. J. (2014). Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) Spanish version. *European Journal of Psychological Assessment*, 29(4), 240.

Cano, A. (2011). Bases Teóricas Y Apoyo Empírico De Intervención Psicológica En Desordenes Emocionales En Atención Primaria. *Ansiedad y estrés*, 17(2-3), 157-184.

https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/36129013/Bases_teoricas_y_apoyo_empirico_de_intervencion_psicologica_en_desordenes_emocionales_en_Atencion_Primaria.pdf?response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DBases_teoricas_y_apoyo_empirico_de_la_in.pdf&X-Amz-Algorithm=AWS4-HMAC-SHA256&X-Amz-Credential=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A%2F20200201%2Fus-east-1%2Faws4_request&X-Amz-Date=20200201T160255Z&X-Amz-Expires=3600&X-Amz-SignedHeaders=host&X-Amz-Signature=48903280d2817bdd75dbff5716674e29f8605cb933e2f64b6c39ef930c83dfc

- Caycedo, C., Gutiérrez, C., Ascencio, V., & Delgado, A. P. (2008). Regulación emocional y entrenamiento en solución de problemas sociales como herramienta de prevención para niños de 5 a 6 años. Artículos en PDF disponibles desde 1994 hasta 2013. A partir de 2014 visítenos en www.elsevier.es/sumapsicol, 12(2), 157-173-173. <https://doi.org/10.14349/sumapsi2005.64>
- Díaz, Y. P. (2014). La regulación emocional y su implicación en la salud del adolescente. *Revista Cubana de Pediatría.*, 86(3), 368-375.
- Durán-Rodríguez, T., & Moreta-Herrera, R. (2018). Estructura factorial y fiabilidad del Cuestionario de Regulación emocional (ERQ) en una muestra de estudiantes del Ecuador. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 10(2), 1-15.
- García, B., Isabel, M., & Abad, V. (2013). Análisis Factorial Confirmatorio (AFC). En *Introducción básica al análisis factorial* (Universidad Nacional De Educación A Distancia, p. 95). UNED Editorial.
- Gargurevich, R., & de Lima, U. (2010). Propiedades Psicométricas Del Cuestionario De Autorregulación Emocional Adaptado Para El Peru (ERQP). *Revista de Psicología (Rev. Psicol. Trujillo)*, 12, 192-215.
- Gartzia, L., Aritzeta Galan, A., Balluerka Lasa, N., & Barbera Heredia, E. (2012). Inteligencia emocional y género: Más allá de las diferencias sexuales. *Anales de Psicología*, 28(2), 567-575. <https://doi.org/10.6018/analesps.28.2.124111>
- Gómez Pérez, O., & Calleja Bello, N. (2017). Regulación emocional: Definición, red nomológica y medición. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 8(1), 96-117. <http://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=70434>
- Gordillo, J. J. T., & Rodríguez, V. H. P. (2009). Cálculo De La Fiabilidad Y Concordancia Entre Codificadores De Un Sistema De Categorías Para El Estudio Del Foro Online En E-Learning. 27, 17.
- Gratz, K., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54. <https://doi.org/10.1007/s10862-008-9102-4>
- Gross, J. J. (1998). El campo emergente de regulación de las emociones: Una revisión integradora. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2001). Emotion Regulation in Adulthood: Timing Is Everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 214-219. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00152>
- Gross, J. J. (2014). *Handbook of Emotion Regulation* (Second Edition, Vol. 1). The Guilford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Herrera, J., Niño, M.V., Caycedo, C. & Cortés, O. (2008). Validación de la Escala de Desregulación Emocional en universitarios bogotanos. Tesis no publicada. Fundación Universitaria Konrad Lorenz.

- Hervás, G. (2011). Psicopatología De La Regulación Emocional: El Papel De Los Déficit Emocionales En Los Trastornos Clínicos. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 19(2), 347-372.
- Isaura, O., Pérez, G., & Bello, C. (2017). Regulación Emocional: Escalas de medición en español (revisión psicométrica). *Revista Iberoamericana de Psicología*, 10((2)), 82-92.
- Lemos, M., & Londoño, N. (2006). Construcción Y Validación Del Cuestionario De Dependencia Emocional En Población Colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 9(2), 127-140. <https://editorial.ucatolica.edu.co/index.php/acta-colombiana-psicologia/article/view/405/408>
- Lloret, S., Ferreres, A., Hernández, A., & Tomás, I. (2014). El análisis factorial exploratorio de los ítems: Una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de Psicología*, 30(3), 1151-1169. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.3.199361>
- Londoño, C., & Alejo, I. (2017). Instrumentos usados en colombia para evaluar la dimension psicologica del proceso salud enfermedad (Primera Edición). Universidad Católica de Colombia.
- Mestre, J., G., R., Cortijo, M., R., N., & Serrano, D., J., M. (2012, mayo). REGULACIÓN DE EMOCIONES: UNA VISION PRAGMATICA E INTEGRADORA DESDE EL MODELO CIRCUMPLEJO LA REGULACIÓN DE LAS EMOCIONES: CONCEPTO Y FUNDAMENTOS. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/234173367_REGULACION_DE_EMOCIONES_UNA_VISION_PRAGMATICA_E_INTEGRADORA_DESDE_EL_MODELO_CIRCUMPLEJO_LA_REGULACION_DE_LAS_EMOCIONES_CONCEPTO_Y_FUNDAMENTOS
- Moreta, R., Durán, T., & Gaibor, I. (2018). Estructura factorial y fiabilidad del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) en una muestra de estudiantes del Ecuador. *Revista Latinoamericana De Ciencia Psicológica*, 10(2), 1-15. <https://doi.org/10.5872/psiencia/10.2.24>
- Muñoz-Martínez, A. M., Vargas, R. M., & Hoyos-González, J. S. (2016). La Escala de Dificultades en Regulación Emocional (DERS): Análisis factorial en una muestra colombiana. *Acta Colombiana de Psicología*, 19(1), 225-248. <https://doi.org/10.14718/ACP.2016.19.1.10>
- Navarro, J., Vara, M. D., Universidad de Valencia, España, Cebolla, A., & Baños, R. M. (2018). Validación psicométrica del cuestionario de regulación emocional (ERQ-CA) en población adolescente española. *Revista de psicología clínica con Niños y Adolescentes*, 5(1), 9-15. <https://doi.org/10.21134/rpcna.2018.05.1.1>
- Pineda, D., Valiente, R. M., Chorot, P., Piqueras, J. A., & Sandín, B. (2018). Invarianza factorial y temporal del Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 23(2), 109. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.23.num.2.2018.21823>

Ribero-Marulanda, S., & Gutiérrez, R. M. V. (2013). Análisis bibliométrico sobre el concepto de regulación emocional desde la aproximación cognitivo-conductual: Una mirada desde las fuentes y los autores más representativos. *Psicología desde el Caribe*, 30(3), 495-525.

Ruiz, F. J., Suárez, J. C., & Odriozola, P. (2017). The Hierarchical Factor Structure of the Spanish Version of Depression Anxiety and Stress Scale -21. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 17(1), 97-105.

Sandín, B., Chorot, P., & Valiente, R. M. (2012). Transdiagnóstico: Nueva Frontera En Psicología Clínica. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 17(3), 185-203.

Silva, J. (2005). Regulación emocional y psicopatología: El modelo de vulnerabilidad/resiliencia. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*, 43(3), 201-209. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272005000300004>

Vargas Gutiérrez, R. M., & Muñoz-Martínez, A. M. (2013). La regulación emocional: Precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología USP*, 24(2), 225-240. <https://doi.org/10.1590/S0103-65642013000200003>

6. APÉNDICES

Tabla 2.
Índice de Kappa

Porcentaje de acuerdo general	95.38%
K	0.91
IC 95% para k [0.82, 1.00]	

Tabla 3.
Estadísticas de total de elemento factor SUPRESIÓN

Ítem	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
2.	9,99	19,341	,568	,725
4.	11,56	21,416	,515	,751
6.	10,70	17,184	,660	,673

9.	10,41	20,141	,571	,723
----	-------	--------	------	------

Tabla 4.

Estadísticas de total de elemento factor REEVALUACIÓN

Ítem	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1.	25,20	30,621	,486	,733
3.	25,12	31,985	,447	,743
5.	24,65	33,733	,409	,751
7.	24,78	31,293	,572	,709
8.	24,79	32,076	,590	,707
10.	24,76	32,287	,544	,717

Tabla 5.

Varianza total explicada

Factor	Autovalores iniciales			
	Total	% de varianza	% acumulado	Total
Reevaluación	2,932	29,319	29,319	2,355
Supresión	2,371	23,705	53,024	1,828

Tabla 6.

Matriz de componentes

	Factor	
	REEVALUACIÓN	SUPRESIÓN
1. Cuando quiero incrementar mis emociones positivas (p.ej. alegría, diversión), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	,517	,234

2. Guardo mis emociones para mí mismo.	,015	,688
3. Cuando quiero reducir mis emociones negativas (p.ej. tristeza, enfado), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	,467	,246
4. Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.	-,011	,586
5. Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar en ella de un modo que me ayude a mantener la calma.	,517	-,143
6. Controlo mis emociones no expresándolas.	,044	,773
7. Cuando quiero incrementar mis emociones positivas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	,678	,019
8. Controlo mis emociones cambiando mi forma de pensar sobre la situación en la que me encuentro.	,731	,017
9. Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.	,071	,653
10. Cuando quiero reducir mis emociones negativas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	,670	-,049

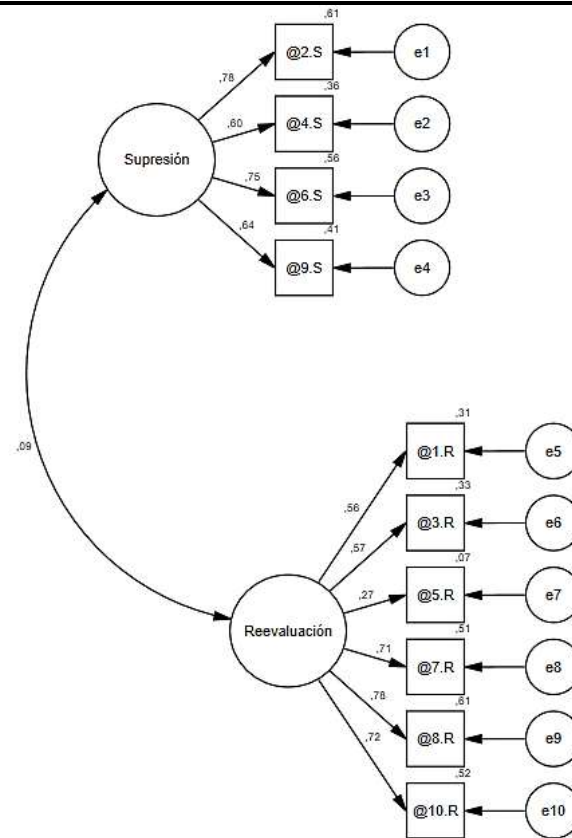


Figura 6. Estructura factorial y cargas factoriales – Primer modelo.

Tabla 7.

Medidas de Bondad y Ajuste Primer Modelo ERQ

RMSEA	0,086
CFI	0,911
SRMR	0,066

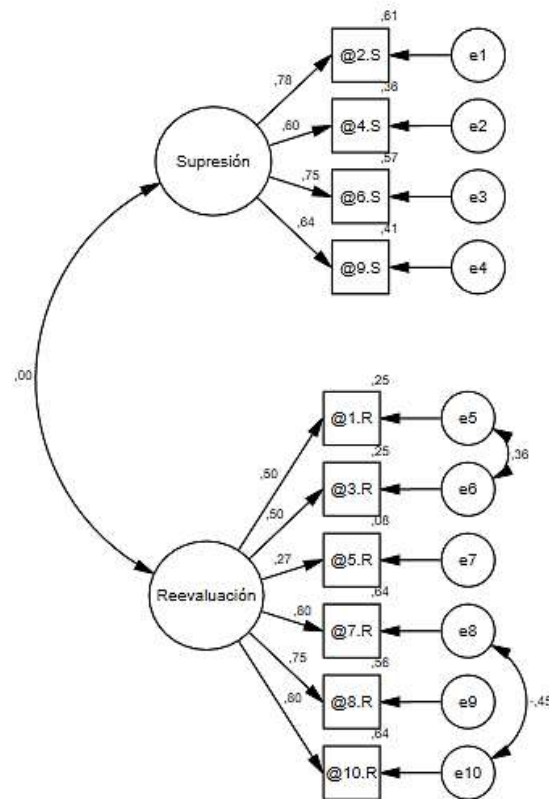


Figura 7. Estructura Factorial y Cargas Factoriales ERQ.

Tabla 8.

Medidas de Bondad y Ajuste Modelo Final ERQ

RMSEA	0,058
CFI	0,096
SRMR	0,061

Tabla 9.

Coeficientes de correlación de Pearson entre factores del ERQ y variables criterio.

		DEPRESIÓN DASS	ANSIEDAD DASS	ESTRÉS DASS	DERS
SUPRESIÓN ERQ	Correlación de Pearson	,397**	,304**	,348**	,372**
REEVALUACIÓN	Correlación de Pearson	-,169**	-,063	-,091*	-,154**
**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).					
*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).					

Tabla 10.

Uso de estrategias en hombres y mujeres.

Sexo		REEVALUACIÓN ERQ	SUPRESIÓN ERQ
Hombres (n = 185)	Media	29,95	15,53
	Desviación típica	7,26	5,85
Mujeres (n = 380)	Media	29,90	13,53
	Desviación típica	6,33	5,32
Prueba t	t.	0,73	4,04
	GL	563	563
	P	,942	,000

Tabla 11.

Media, desviación estándar y percentiles.

SUPRESIÓN		REEVALUACIÓN
Hombres	Mujeres	Hombres y Mujeres

Media	15,53	13,53	29,92
Desviación	5,85	5,32	6,65
Cuartil 1	11,00	9,00	26,00
Cuartil 2	16,00	13,00	31,00
Cuartil 3	20,00	18,00	35,00

CUESTIONARIO DE REGULACIÓN EMOCIONAL (ERQ; Cabello, Salguero, Fernández-Berrocal & Gross, 2013; versión original de Gross y John, 2003).

INSTRUCCIONES:

A continuación, nos gustaría que contestase a unas preguntas sobre su vida emocional, en concreto, sobre cómo controla sus emociones. Estamos interesados en dos aspectos. El primero es su experiencia emocional o lo que siente internamente. El segundo es su expresión emocional o cómo muestra sus emociones a través de las palabras, los gestos y los comportamientos.

Aunque algunas de las cuestiones pueden parecer similares a otras, éstas difieren de forma importante. Por favor, utiliza la siguiente escala de respuesta para cada ítem.

1	2	3	4	5	6	7
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo

1.	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas (p.ej. alegría, diversión), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	1	2	3	4	5	6	7
2.	Guardo mis emociones para mí mismo.	1	2	3	4	5	6	7
3.	Cuando quiero reducir mis emociones negativas (p.ej. tristeza, enfado), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	1	2	3	4	5	6	7
4.	Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.	1	2	3	4	5	6	7
5.	Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar en ella de un modo que me ayude a mantener la calma.	1	2	3	4	5	6	7
6.	Controlo mis emociones no expresándolas.	1	2	3	4	5	6	7
7.	Cuando quiero incrementar mis emociones positivas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	1	2	3	4	5	6	7
8.	Controlo mis emociones cambiando mi forma de pensar sobre la	1	2	3	4	5	6	7

	situación en la que me encuentro.							
9.	Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.	1	2	3	4	5	6	7
10.	Cuando quiero reducir mis emociones negativas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	1	2	3	4	5	6	7

VALIDACIÓN DEL *EMOTIONAL REGULATION QUESTIONNAIRE* (ERQ) EN UNA MUESTRA DE ADULTOS COLOMBIANOS

Lizeth P. Canales Ramírez
Fundación Universitaria Konrad Lorenz

Resumen

El Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ) es una herramienta valiosa y concreta a la hora de evaluar estrategias individuales de regulación emocional. Desafortunadamente en Colombia son pocos los instrumentos validados que se tienen a disposición, siendo tan recurrente la presencia de trastornos y dificultades relacionadas con dicha habilidad. El presente estudio buscó validar el cuestionario en población colombiana; se aplicó en 565 participantes entre los 18 y 69 años de diferentes regiones del territorio nacional. Luego de realizar análisis factoriales tanto exploratorio como confirmatorio, se logró corroborar la estructura de dos factores no relacionados (supresión emocional y reevaluación cognitiva) propuesta por el modelo original, así como excelentes medidas de bondad de ajuste. También se identifican medidas satisfactorias de consistencia interna y correlaciones bajas con constructos relacionados como el DERS y DASS-21.

Palabras clave: regulación emocional, reevaluación cognitiva, supresión emocional, ERQ, estrategias de regulación emocional, Modelo de regulación emocional de Gross.

Abstract

The Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) is a valuable tool to assess individual strategies regarding emotional regulation. Unfortunately, currently exist few validated instruments in Colombia, and the presence of disorders and difficulties related to this ability is quite recurrent. The aim of this paper to validate a questionnaire in the Colombian population. Exactly 565 people between 18 and 69 ages within a test sample from different regions of the national territory; after carrying out both exploratory and confirmatory factor analyses, it was possible to corroborate the structure of two unrelated factors (emotional suppression and cognitive re-evaluation) proposed by the original model, as well as excellent measures of goodness-of-adjustment. Reliable measures of internal and concurrent consistency were also identified with and low correlations with related constructs such as the DERS and DASS-21.

Key words: emotional regulation, cognitive re-evaluation, emotional suppression, ERQ, emotional regulation strategies, Gross emotional regulation model.

Introducción

Gross, (1998) en su modelo de Procesos de Regulación Emocional, plantea la Regulación Emocional (en adelante RE) como un proceso por el cual las personas manipulan sus emociones y modifican su conducta y estados fisiológicos para alcanzar objetivos,

adaptarse al medio y a diferentes situaciones, con el fin de procurar el bienestar propio y colectivo. Dichos procesos involucran funciones biológicas, afectivas y cognitivas y están centradas en el autocontrol (Kinkead, Garridos & Uribe, 2011, citados por Moreta, Durán, & Gaibor, 2018).

A partir de esto, se han planteado tres procesos básicos para la RE a nivel general, que son: a) la emoción por sí sola tiene mecanismos autorregulatorios, teniendo en cuenta que no es posible que un sujeto permanezca en un estado de activación constante; es decir, por sí misma la emoción tenderá a alcanzar un estado de homeostasis con el fin de evitar un desgaste físico, emocional y cognitivo (Kappas, 2011 citado por Gómez Pérez & Calleja Bello, 2017); b) la valencia o intensidad de las emociones movilizan o paralizan, es decir, el valor o importancia que le dé el sujeto a la situación o estímulo serán capaces de modificar la emoción y las acciones que este emprenda por sí solas (Charland, 2011; Carver & Sheier, 2011 citados por Gómez Pérez & Calleja Bello, 2017) y c), las estrategias de RE modifican la emoción que se experimenta (Gross & John, 2003 citados por Gómez Pérez & Calleja Bello, 2017).

Otros enfoques conciben la RE en relación con factores como el temperamento, la autorregulación conductual y el afrontamiento, ya que también involucra el manejo exitoso de la activación emocional, facilitando un funcionamiento social efectivo al iniciar, mantener, modular o cambiar la ocurrencia, intensidad o duración de estados afectivos internos y procesos fisiológicos relacionados con la emoción, tal y como lo plantean Vargas & Muñoz, (2013). Los modelos que parten de estos elementos son el de Procesos de Regulación Emocional de Gross & John, (2003), el de Afrontamiento del Estrés de Folkman y Lazarus (1985) citados por Gross (2014, p. 228) y el de Competencia Emocional de Saarni (1999) citado por Gross (2014, p. 333); los cuales cuentan con diferentes instrumentos o estrategias de medida relevantes en el campo clínico.

Modelo de Procesos de Regulación Emocional

Desde esta propuesta, se hace un énfasis especial en la importancia de la valoración subjetiva de la situación y del contexto para el individuo; incluida su historia de aprendizaje, así como su capacidad para elegir voluntariamente las estrategias o recursos para modificar la emoción antes, durante y después de que esta se despliega.

Los mecanismos de influencia a través de los cuales se modifican las emociones son denominados estrategias de regulación emocional y se conceptualizan como adaptativas o desadaptativas en función de las relaciones que mantienen con los síntomas psicopatológicos (Díaz, 2014; Hervás, 2011; Barlow et al., 2015; Silva, 2005). Para estos autores, las estrategias desadaptativas son aquellas directamente relacionadas con la aparición de síntomas como la evitación, preocupación, supresión, rumia, entre otras; en contraste, las adaptativas serían aquellas que se asocian con resultados como la resolución de problemas, la reevaluación o la aceptación. En este sentido, como lo plantean Mestre, Cortijo & Serrano, (2012) y Aldao, (2012) es común encontrarse con dificultades y comorbilidad entre algunos trastornos a consecuencia de fallas en la regulación de las emociones (depresión, ansiedad generalizada,

ansiedad social, trastorno de estrés postraumático, entre otros). Es así como dichas falencias o escasos repertorios de tan importante proceso pueden verse reflejadas en aspectos sociales y personales problemáticos; razones por las cuales resulta particularmente necesario su abordaje y estudio desde un enfoque transdiagnóstico (Barlow et al., 2015; Silva, 2005). Así, este enfoque supone el comprender los trastornos mentales desde la base de los procesos conductuales y cognitivos causales y/o mantenedores de la gran parte de los trastornos mentales; cabe resaltar que pese a que el enfoque parte de una idea dimensional de psicopatología, radica más en la unificación de ambos enfoques (categorial y dimensional) que en un rechazo a la clasificación categorial (Sandín et al., 2012).

Para esta propuesta Gross, (2001) formula como estrategias principales para la RE la reevaluación cognitiva y la supresión emocional. La primera estrategia se refiere a un cambio cognitivo que implica la interpretación de una situación que podría provocar un impacto emocional y que ocurre antes de la generación de la emoción; lo cual modifica el impacto de la situación ya que interviene previamente a que la respuesta emocional se emita. La segunda estrategia, supresión emocional, es una forma de modulación de la respuesta que implica la inhibición del comportamiento de expresión de emociones después de generarse la respuesta emocional, sin embargo, no modifica la naturaleza u origen de esta (por lo general asociada a emociones negativas, lo cual puede crear en el individuo una sensación de incongruencia o discrepancia entre su experiencia interior y exterior). Dentro de dicho proceso, los autores formulan un modelo que explica el proceso de RE con estas dos estrategias, el cual se puede apreciar en la figura 1:

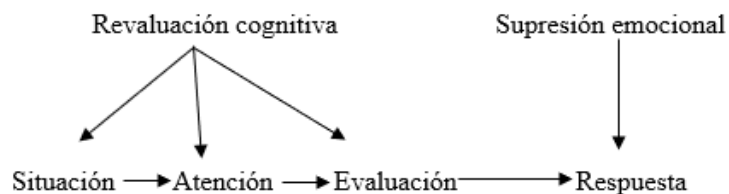


Figura 1. Modelo de regulación de la emoción. (Gross & John, 2003)

Como lo muestra la figura 1, el proceso por el que se despliega una respuesta emocional se desarrolla a lo largo de cuatro etapas; y, para cada una de estas se pueden poner en marcha estrategias de regulación emocional que pertenecen, o bien a la categoría de reevaluación cognitiva, o a la de supresión emocional. De acuerdo con Gargurevich & de Lima, (2010), a la categoría de reevaluación cognitiva pertenecen las estrategias de selección de la situación, modificación de la atención, y modificación de la evaluación; por otra parte, a la categoría de supresión emocional, pertenece la supresión o modulación de la expresión emocional. A continuación, se describen cada una de estas estrategias:

- 1) Selección de la situación: su fin es modificar o evadir la situación que potencialmente puede generar una experiencia emocional

negativa, 2) Modificación de la atención: se enfoca la atención en algún estímulo o actividad que modifique el estado emocional del individuo, 3) Modificación de la evaluación: alterando la interpretación de la situación misma o elementos particulares y 4) Supresión de la expresión de la emoción como habilidad de modulación de esta.

Autores como Ribero-Marulanda & Gutiérrez, (2013), Díaz, (2014), Hervás, (2011) y Silva, (2005) plantean que por ejemplo las mujeres tienden a reprimir sus emociones menos que los hombres, teniendo como consecuencia de la reevaluación un afecto positivo, menos consecuencias negativas sobre el individuo y un mejor funcionamiento social (por nombrar un ejemplo). Así mismo, entre otros efectos o consecuencias asociadas al uso de estas estrategias se tiene que según Silva, (2005), la reevaluación cognitiva reduce notablemente la percepción de malestar frente a estímulos de tipo visual que resultan desagradables para el sujeto, mientras que la supresión no. A su vez, la supresión emocional reduce de una manera significativa la expresión emocional y afectiva (tanto positiva como negativa), provocando en la persona dificultades a nivel de comunicación de sus estados internos, sin mencionar su asociación con una activación fisiológica importante que puede estar asociada a altos índices cardíacos y activación del sistema simpático, así como un alto uso de recursos cognitivos dados los elevados niveles de autocorrección y automonitoreo previo. Contrario a los individuos que utilizan la reevaluación, quienes muestran una activación fisiológica menos significativa, así como una disponibilidad mayor de recursos cognitivos generalmente asociados a la memoria ya que no se activan procesos de autorregulación, facilitándole a la persona el desempeño en la interacción con el contexto.

Los argumentos de Gross & John, (2003) para justificar la elección de la reevaluación cognitiva y la supresión emocional como estrategias centrales de RE son: 1. Las personas las usan comúnmente en la vida cotidiana, 2. Son estrategias que se pueden manipular experimentalmente y definir en términos de diferencias individuales y 3. Cada una corresponde a la división de “centradas en antecedentes” o de “respuesta como tal”. En este escenario, crean el Cuestionario de Regulación Emocional (ERQ); una escala compuesta por diez ítems que evalúa justamente estas dos dimensiones centrales de la RE.

En resumen, la regulación emocional se ha abordado desde tres grandes modelos teóricos, cada uno con sus propios constructos, procesos y estrategias de medición. El ERQ es el cuestionario más representativo del modelo de Procesos de Regulación Emocional (Gross & John, 2003); en ese contexto es importante preguntarse por la disponibilidad de instrumentos de medición en el contexto latinoamericano y colombiano. Isaura et al. (2017) realizan una revisión sistemática de las propiedades psicométricas de las escalas de medición de RE en la población hispano hablante, así como de sus versiones originales en inglés, y encuentran que son pocos los instrumentos disponibles que cuentan con una validación y propiedades psicométricas adecuadas para su uso en el contexto clínico latinoamericano. Con respecto a Colombia, luego de realizar una revisión exhaustiva en diferentes bases de datos académicas y universitarias, se encontró que es escaso el trabajo empírico para el diseño o validación de instrumentos que midan la RE. A día de hoy,

y a manera de conclusión de la revisión de fuentes indexadas mencionadas anteriormente, se dispone del DERS, validado por Muñoz-Martínez, Vargas, & Hoyos-González (2016) y cuyas propiedades psicométricas varían con respecto a la generalidad de las validaciones realizadas en diferentes países al cambiar notablemente la estructura factorial y número de ítems con respecto al formato original y el DASS-21, validado recientemente por Ruiz, Suárez, & Odriozola, (2017) en población Colombiana; el cual, si bien no mide exactamente indicadores directos de regulación emocional, se centra en la depresión, ansiedad y estrés; trastornos o dificultades directamente asociadas a indicadores bajos de regulación emocional, y que además suelen tener altos índices de comorbilidad (Antúñez & Vinet, 2012).

Retomando a Londoño & Alejo, (2017, p. 39) quienes al realizar su Inventario de Instrumentos Diseñados, Validados o Adaptados a la Población Colombiana, que Midan Aspectos Psicológicos Relacionados con el Proceso de Detección, Diagnóstico, Tratamiento y Recuperación en Casos de Enfermedad Crónica; se enmarca que en nuestro contexto la RE no es medida como una habilidad concreta, sino como indicadores de psicopatología de la misma (patologías comórbidas). En su apartado dedicado a la RE se pueden observar instrumentos de medida de ansiedad y depresión, más no de estrategias particulares para regular la emoción.

Método

Participantes

En el estudio participaron un total de 565 personas, elegidas según un muestreo probabilístico por conveniencia.

En cuanto a las características demográficas de los participantes, se encuentran personas entre 18 y 69 años; se contó con mayor participación por parte de las mujeres (380) que de los hombres (185), en una proporción aproximada de 2 a 1; el rango de edad más representativo con un 38% del total de participantes es el de 28 a 37 años, seguido de 18 a 27 años con el 36%; las personas mayores de 48 años tuvieron menos representación en el estudio. En cuanto a participación por departamentos del país resulta notable la colaboración del departamento de Cundinamarca con el 71,5% del total de la muestra, seguida del departamento de Antioquia con el 11,2%. La distribución de la población en nivel de estudios a nivel general fue de pregrado (44,20%), posgrado (34,20%) y pregrado incompleto (13,60%), siendo estas tres las categorías más representativas de la muestra.

Instrumentos

ERQ (Emotion Regulation Questionnaire)

Instrumento de tipo auto informe utilizado para la evaluación de las dos dimensiones básicas de la RE desde el modelo propuesto por Gross & John, (2003). Consta de 10 ítems, 6 de los cuales están destinados a evaluar la reevaluación cognitiva, mientras que los 4 restantes la supresión emocional; para esto el participante deberá elegir entre las opciones de respuesta en una escala tipo Likert de 7 puntos, que varían entre 1 (“completamente en desacuerdo”) y 7 (“completamente de acuerdo”). El proceso de validación en diferentes escenarios ha mostrado una estructura factorial de dos factores: reevaluación cognitiva (seis reactivos) y supresión emocional (cuatro

reactivos). Este instrumento ha mostrado de forma consistente adecuadas propiedades psicométricas desde su traducción al castellano y validación en España, tales como $\alpha = .75$ en el factor de supresión y $\alpha = .79$ para reevaluación Cabello et al., (2013) y Gross & John, (2003) y $\alpha = .83$ en el factor de reevaluación cognitiva y $\alpha = .75$ para el de supresión emocional en su posterior validación en adolescentes españoles (Gullone y Taffe, 2012 citados por Navarro, Vara, Universidad de Valencia, España, Cebolla, & Baños, 2018); haciendo que se considere una buena herramienta para evaluar estrategias de RE tal y como lo mencionan Cabello et al., (2013) y Gross & John, (2003) citados por Navarro, Vara, Universidad de Valencia, España, Cebolla, & Baños, (2018).

Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)

Instrumento diseñado para medir características de la desregulación emocional, en su versión compuesta por 2 factores: (a) acceso limitado a estrategias de regulación emocional percibidas como efectivas (estrategias) y (b) falta de consciencia emocional (consciencia) a través de 15 ítems con una escala Likert de 5 puntos; para esta versión se realiza una calificación global de los ítems. Validada en población Colombiana por Muñoz-Martínez et al., (2016) el cual analizó el formato de la DERS de Herrera, Niño, Caycedo y Cortés (2008) que cuenta con un alto índice de confiabilidad ($\alpha = .90$).

DASS-21

Escala planteada a manera de auto informe compuesta por 21 ítems que miden síntomas psicopatológicos experimentados en la última semana. Se pueden derivar tres puntuaciones de escala que corresponden a síntomas de depresión, ansiedad y estrés, cada una compuesta por siete ítems. Dichos ítems también se suman para puntuar una escala total que se usa como marcador de angustia psicológica. Los enunciados se contestan en una escala tipo Likert de 4 puntos. Validada en población Colombiana por Ruiz, Suárez, & Odriozola, (2017), la cual arrojó un alto índice de confiabilidad ($\alpha = .92$).

Procedimiento

Estudio Piloto De Idoneidad Semántica

Inicialmente se realizó un estudio piloto para confirmar que la traducción realizada en España es comprensible en Colombia, y, por tanto, aplicable en el contexto. El instrumento se sometió a análisis por parte de usuarios del idioma español (Colombia) que evaluaron mediante un cuestionario si se ajusta términos y expresiones utilizados en el contexto nacional. Dicho estudio fue realizado con 13 personas con un rango de edad de entre los 21 y los 75 años.

Análisis de Datos

Luego de verificar la integridad de la base de datos obtenida, se confirmó que todas las personas que respondieron el cuestionario cumplieran con los criterios de inclusión. Posteriormente se realizaron los siguientes análisis estadísticos:

A fin de obtener los índices de confiabilidad fueron estimados el alfa de Cronbach, utilizado para calcular la consistencia interna y

coeficientes de correlación de Pearson entre la escala y las pruebas DERS y DASS-21 para calcular la validez concurrente. A su vez, para la validez de constructo se siguió la recomendación planteada por Lloret et al., (2014), de acuerdo con la cual es deseable dividir la muestra para realizar análisis factorial exploratorio inicial y posteriormente el confirmatorio.

La estructura factorial de los ítems que componen la escala fue calculada mediante un procedimiento escalonado de análisis factorial exploratorio (en adelante AFE) inicial y análisis factorial confirmatorio (en adelante AFC). Para el AFE se utilizaron 215 de los 565 datos, atendiendo a una previa división de la muestra para realizar dichos análisis de manera suficiente y pertinente (Lloret et al., 2014). A partir de esto se tomaron medidas de ajuste muestral a través de la prueba Kaiser, Meyer y Olkin (KMO) para corroborar la relación entre variables, además se aplicó el Test de Esfericidad de Bartlett para reconocer si la matriz de correlaciones era adecuada para realizar el AFC.

A su vez, siguiendo las recomendaciones de Lloret et al., (2014) para la extracción de factores, se utilizó el método de máxima verosimilitud. Para utilizar este método es necesario cumplir el supuesto de normalidad multivariada en las variables; sin embargo, el supuesto de normalidad es difícil de cumplir en escalas tipo Likert como la que utiliza el ERQ, por lo que se aceptan índices de asimetría y curtosis de entre -1,5 y 1.5. En el presente estudio, ninguno de los ítems se ajustó a la distribución normal de acuerdo con la prueba de Kolmogorov-Smirnov; no obstante, los índices de asimetría y curtosis fueron de entre -1,274 y 1,016.

Posterior a esto, y atendiendo a lo planteado por Lloret et al., (2014), inicialmente se realiza una rotación oblicua, si esta confirma bajos índices de correlación entre los factores se considera la solución ortogonal. Para el presente estudio la solución oblicua arrojó un índice de correlación muy bajo (- 0,108), por lo cual se utilizó la rotación Varimax.

El análisis factorial confirmatorio se realizó con los 350 participantes que no se incluyeron en el AFE. En tanto el análisis factorial exploratorio sugirió que la estructura factorial del ERQ original se ajusta a la muestra de adultos colombianos, el AFC se corrió especificando el modelo de dos factores sugerido por Gross & John, (2003) y fijando en 0 la correlación entre los mismos.

Las medidas de ajuste consideradas para este modelo fueron RMSEA (raíz cuadrada del error medio cuadrático), CFI (índice de ajuste comparativo) y SRMR (residuo estandarizado cuadrático medio). El AFC se llevó a cabo siguiendo lo planteado por García, Isabel, & Abad, (2013); a su vez se utilizó el Software AMOS en la versión 24 para desarrollar el análisis factorial confirmatorio. El resto de los cálculos fue realizado con el software SPSS en su versión 25.

Resultados

Estudio Piloto de Idoneidad Semántica

Con el fin de verificar la comprensibilidad de la traducción española (Cabello et al., 2014) así como si esta se adapta a las condiciones sociolingüísticas de la población colombiana, se realizó un pilotaje de la misma con una muestra de 13 personas a quienes

se les solicitó identificar posibles problemas en la claridad y la estructura de las frases que componen la escala. Ahora, se tiene que si bien para realizar dicha verificación lo ideal es el uso de grupos focales, en esta ocasión se respondieron una serie de preguntas cerradas mediante un cuestionario.

Los resultados se presentan en la Tabla 2. En donde para calcular el acuerdo entre los participantes del pilotaje de idoneidad semántica se utilizó el Índice de Kappa de Fleiss (1981) citado por Gordillo & Rodríguez, (2009), el cual extiende la aplicación del índice Kappa de Cohen para calcular el acuerdo entre más de dos codificadores para datos de escalas tanto nominales como ordinales. Se observa que el porcentaje de acuerdo general fue de 95.38%; implicando que el Coeficiente Kappa fue de 0.91 señalando una excelente confiabilidad en los conceptos de los jueces (ver tabla 2). Por otro lado, se recogieron como recomendaciones importantes:

- En las instrucciones la palabra “contestase” fue señalada como poco utilizada en el vocabulario colombiano, por lo que se cambió a “contestara”.
- Varios ítems se encuentran redactados de una manera similar, por lo que pueden facilitar que los participantes se confundan tanto en la lectura como respuesta de estos.

Tabla 2.

Índice de Kappa

Porcentaje de acuerdo general	95.38%
K	0.91
IC 95% para k [0.82, 1.00]	

Luego de calcular el acuerdo entre los participantes del pilotaje, no se consideraron necesarios cambios significativos en la escala más que el reemplazar la palabra “contestase”, por “contestara” en las instrucciones de diligenciamiento. Esto teniendo en cuenta que, para Hispanoamérica, el pretérito imperfecto del subjuntivo, señalado con el sufijo “se”, prácticamente no se utiliza, razón por la cual se decidió usar el sufijo “ra”, forma más extensamente utilizada. A su vez, resulta pertinente señalar que para un 23% de los participantes las preguntas se tornaban repetitivas dada la estructura de la prueba.

Consistencia interna

Con el fin de verificar los índices de confiabilidad de la prueba en su aplicación en una muestra de adultos colombianos, se realizaron los siguientes análisis utilizando el Alfa de Cronbach. Por lo que en las tablas 3 y 4 se presentan los coeficientes de consistencia interna para los factores supresión y reevaluación cognitiva, respectivamente.

En la tabla 3 se aprecian los ítems que conforman el factor supresión emocional; general los cuatro elementos presentan un

adecuado nivel de discriminación. El Coeficiente Alfa de Cronbach fue de $\alpha = ,774$ mostrando una consistencia interna moderada.

Tabla 3.

Estadísticas de total de elemento factor SUPRESIÓN

Ítem	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
2.	9,99	19,341	,568	,725
4.	11,56	21,416	,515	,751
6.	10,70	17,184	,660	,673
9.	10,41	20,141	,571	,723

A su vez, en la tabla 4 se muestran los ítems que conforman el factor reevaluación cognitiva, en donde los elementos 1, 3 y 5 son los que presentan menores índices de discriminación no solo en el factor en específico, sino en la escala total. Para este factor el Alfa de Cronbach fue de $\alpha = ,761$, indicando al igual que en el factor anterior, una consistencia interna moderada.

Tabla 4.

Estadísticas de total de elemento factor REEVALUACIÓN

Ítem	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1.	25,20	30,621	,486	,733
3.	25,12	31,985	,447	,743
5.	24,65	33,733	,409	,751
7.	24,78	31,293	,572	,709
8.	24,79	32,076	,590	,707
10.	24,76	32,287	,544	,717

Finalmente el coeficiente Alfa de Cronbach de la escala arrojó un $\alpha = .722$ para los 10 ítems del instrumento, indicando una consistencia interna moderada.

Validez de Constructo

Para el análisis factorial exploratorio, la prueba KMO arrojó un valor de ,734 indicando que la relación entre ítems y los dos factores (supresión y reevaluación) es considerable y suficiente para realizar el cálculo. A su vez, la prueba de esfericidad de Bartlett mostró un valor de ,000 mostrando que los valores son significativos, evidenciando que la muestra es heterogénea por lo que es viable proceder con el análisis. Finalmente, la Prueba de Bondad y Ajuste obtuvo un valor de ,000 siendo estadísticamente significativa.

Utilizando el método de extracción de máxima verosimilitud, y estableciendo manualmente la extracción de dos factores, se obtienen los autovalores presentados en la Tabla 5.

Tabla 5.

Varianza total explicada

Factor	Autovalores iniciales			
	Total	% de varianza	% acumulado	Total
Reevaluación	2,932	29,319	29,319	2,355
Supresión	2,371	23,705	53,024	1,828

Las cargas factoriales después de utilizar la rotación Varimax se observan en la Tabla 6, en donde se aprecia el cálculo y distribución de ítems para cada factor; evidenciando una organización acorde al modelo original, en la cual en el factor Reevaluación se tienen los ítems 1, 3, 5, 7, 8 y 10 y para el factor Supresión los ítems 2, 4, 6 y 9.

Tabla 6.

Matriz de componentes

	Factor	
	REEVALUACIÓN	SUPRESIÓN
1. Cuando quiero incrementar mis emociones positivas (p.ej. alegría, diversión), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	,517	,234
2. Guardo mis emociones para mí mismo.	,015	,688
3. Cuando quiero reducir mis emociones negativas (p.ej. tristeza, enfado), cambio el tema sobre el que estoy pensando.	,467	,246

4. Cuando estoy sintiendo emociones positivas, tengo cuidado de no expresarlas.	-,011	,586
5. Cuando me enfrento a una situación estresante, intento pensar en ella de un modo que me ayude a mantener la calma.	,517	-,143
6. Controlo mis emociones no expresándolas.	,044	,773
7. Cuando quiero incrementar mis emociones positivas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	,678	,019
8. Controlo mis emociones cambiando mi forma de pensar sobre la situación en la que me encuentro.	,731	,017
9. Cuando estoy sintiendo emociones negativas, me aseguro de no expresarlas.	,071	,653
10. Cuando quiero reducir mis emociones negativas, cambio mi manera de pensar sobre la situación.	,670	-,049

Análisis Factorial Confirmatorio (AFC)

Para el primer modelo se tiene en cuenta la estructura factorial original, conformada por dos factores no correlacionados (ver figura 6).

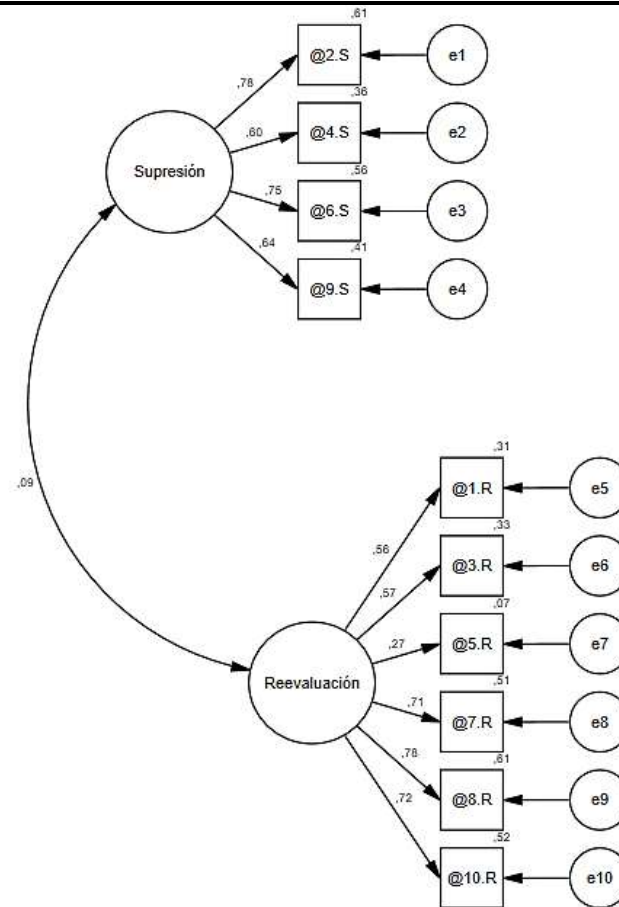


Figura 6. Estructura factorial y cargas factoriales – Primer modelo.

Los resultados en las medidas de ajuste se aprecian en la tabla 7.

Tabla 7.
Medidas de Bondad y Ajuste Primer Modelo ERQ

RMSEA	0,086
-------	-------

CFI	0,911
SRMR	0,066

Las medidas de bondad de ajuste resultaron insuficientes para el RMSEA, aceptables para el CFI, y excelentes para SRMR (ver Tabla 7); por otro lado los índices de modificación muestran alta covarianza en los errores de los ítems 1 – 3; asimismo se identificaron discrepancias altas en las covarianzas para las parejas de ítems 9 – 5 y 1 – 3, pues arrojaron residuales estandarizados superiores a 2.5.

De acuerdo con Brown, (2015), una de las posibles razones para correlacionar los errores entre ítems es la redacción similar, pues en esos casos, la covarianza entre los mismos puede explicarse, no solo por su pertenencia al mismo factor, sino por una condición externa como la similitud en la presentación. En el ERQ los ítems 1 y 3 se redactan de manera muy similar; lo mismo ocurre con los ítems 7 y 10, cuya redacción es prácticamente idéntica. En ese orden de ideas, y en línea con los resultados para el primer modelo, realizar una Re especificación del modelo factorial propuesto y probar un segundo modelo, especificando una correlación entre factores de 0 y relaciones en los errores para los ítems 1 y 3, y 7 y 10. Tal como se aprecia en la figura 7.

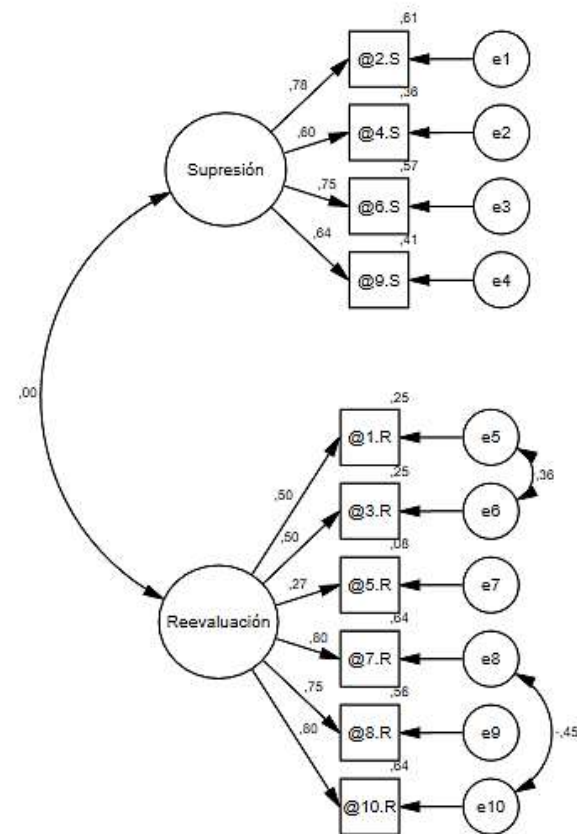


Figura 7. Estructura Factorial y Cargas Factoriales ERQ.

Las cargas factoriales para este modelo oscilaron entre ,27 y ,80. Además, las medidas de bondad de ajuste fueron representaron un ajuste excelente del nuevo modelo luego de realizar la Re especificación del modelo, como se muestra en la tabla 8.

Tabla 8.

Medidas de Bondad y Ajuste Modelo Final ERQ

RMSEA	0,058
-------	-------

CFI	0,096
SRMR	0,061

Validez de criterio

Se calcularon correlaciones entre las puntuaciones de cada factor de la escala ERQ, las puntuaciones obtenidas del DERS y las sumatorias parciales de los factores ansiedad, estrés y depresión obtenidas a través DASS-21. En la tabla 9, se presentan los coeficientes de correlación de Pearson entre los factores del ERQ y las variables criterio consideradas.

Tabla 9.

Coeficientes de correlación de Pearson entre factores del ERQ y variables criterio.

		DEPRESIÓN DASS	ANSIEDAD DASS	ESTRÉS DASS	DERS
SUPRESIÓN ERQ	Correlación de Pearson	,397**	,304**	,348**	,372**
REEVALUACIÓN	Correlación de Pearson	-,169**	-,063	-,091*	-,154**
**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).					
*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).					

Se evidencia cómo las puntuaciones de depresión, ansiedad y estrés del DASS-21 y la puntuación total del DERS correlacionan positivamente con el factor Supresión del ERQ e inversamente con el factor Reevaluación. La fuerza de las correlaciones es entre media y baja para el factor supresión, y muy baja o no significativa para el factor reevaluación.

Estrategias de regulación emocional en hombres y mujeres colombianos.

Con el fin de analizar si hay diferencias entre hombres y mujeres al implementar las estrategias de regulación emocional (supresión y reevaluación) propuestas por Gross & John, (2003), se realizó un contraste de medias entre hombres y mujeres y para cada factor del ERQ, utilizando la prueba T para muestras independientes; los resultados se presentan en la tabla 10:

Tabla 10.

Uso de estrategias en hombres y mujeres.

Sexo		REEVALUACIÓN ERQ	SUPRESIÓN ERQ
Hombres (n = 185)	Media	29,95	15,53
	Desviación típica	7,26	5,85
Mujeres (n = 380)	Media	29,90	13,53
	Desviación típica	6,33	5,32
Prueba t	t.	0,73	4,04
	GL	563	563
	P	,942	,000

Se obtuvo un $p < 0.05$, que confirma la hipótesis según la cual los hombres utilizan en mayor medida la estrategia de supresión emocional con una media de 15,53. Por otro lado, en cuanto a la estrategia de reevaluación cognitiva, no se encontraron diferencias significativas que señalen diferencias de uso entre ambos sexos.

Medidas interpretativas del ERQ

Finalmente, con el fin de tener un criterio de interpretación de las puntuaciones durante el uso de la prueba en contextos aplicados, se presentan algunas medidas de posición, dispersión y tendencia central en la tabla 11.

Tabla 11.**Media, desviación estándar y percentiles.**

	SUPRESIÓN		REEVALUACIÓN
	Hombres	Mujeres	Hombres y Mujeres
Media	15,53	13,53	29,92
Desviación	5,85	5,32	6,65
Cuartil 1	11,00	9,00	26,00
Cuartil 2	16,00	13,00	31,00
Cuartil 3	20,00	18,00	35,00

De acuerdo con estas medidas, los hombres y mujeres que obtengan resultados que se ubiquen en el cuartil 1, tendrían

puntuaciones que representan el 25% más bajo de la muestra. Así mismo, resultados por encima del cuartil tres representarían al 25% más alto de la muestra. Finalmente, resultados mayores que el cuartil 1 y menores que el cuartil 3, representan puntuaciones que típicamente obtendrían las personas. Estas medidas se obtuvieron en población general y se presentan separadamente para hombres y mujeres únicamente en el factor de supresión emocional, dadas las diferencias significativas entre ambos sexos; con respecto al factor de reevaluación cognitiva, las medidas se presentan conjuntamente, ya que no se presentaron diferencias significativas entre estos.

Discusión

El objetivo de este estudio fue conocer y analizar las propiedades psicométricas alusivas a validez y confiabilidad del Cuestionario de Regulación Emocional ERQ; dichos resultados permiten señalar varias conclusiones. En primer lugar, la estructura factorial del instrumento planteado por Gross & John, (2003) se mantuvo; es decir, se confirmó el modelo de dos factores no relacionados de Supresión Emocional y Reevaluación Cognitiva mediante el procedimiento escalonado de análisis factorial exploratorio y confirmatorio. Este resultado ha sido consistente en los estudios de validación en otros contextos (Durán-Rodríguez & Moreta-Herrera, 2018; Pineda et al., 2018; Gargurevich & de Lima, 2010)

Resulta importante señalar las implicaciones de correlacionar los errores en las parejas de ítems 1 – 3 y 7 – 10. Los trabajos empíricos desarrollados hasta el momento, que usaron AFC, no reportaron correlación entre errores. En la presente investigación, los índices de ajuste sugirieron este procedimiento, especialmente para los ítems 1 y 3. Un análisis ítem por ítem del cuestionario, permite identificar que estas dos parejas de ítems tienen una redacción prácticamente idéntica, excepto por la variación en una o dos palabras; dicha observación fue compartida por los participantes del pilotaje de validación semántica, quienes resaltaron que algunos ítems estaban redactados de la misma manera y que su lectura resultaba confusa y repetitiva comparada con el vocabulario y uso de expresiones habituales en Colombia. Ante esto, Brown, (2015) sugiere que la covarianza en los ítems redactados de manera similar puede explicarse, tanto por la pertenencia al respectivo factor, como la redacción, que introduce elementos externos al factor que hace que estos ítems varíen en la misma dirección.

En segundo lugar, con referencia a la validez concurrente del cuestionario versus el DERS y las sub escalas del DASS-21 (depresión, ansiedad y estrés); es posible considerar que:

Dado que el DERS está diseñado de manera tal que permite identificar dificultades en la RE por medio de síntomas y conductas disfuncionales en adultos (Gratz & Roemer, 2004) y el DASS-21 por su lado, que pese a que no mide indicadores directos de RE, sí se centra en trastornos como la depresión, ansiedad y estrés (por medio de la medición de síntomas asociados), que generalmente se encuentran ligados a indicadores bajos de RE y que suelen tener altos índices de comorbilidad (Antúñez & Vinet, 2012); que en esta ocasión se aplicaron a población general, no asistentes a tratamiento psicológico, por lo que resulta necesario confirmar si los hallazgos presentados también se exhiben en población clínica.

Se encontró que los resultados obtenidos en ambos instrumentos presentan correlaciones modestas que tienden a ajustarse con el modelo de Gross & John, (2003); en donde los mecanismos de RE se conceptualizan como adaptativos (resolución de problemas, reevaluación, aceptación) o desadaptativos (evitación, preocupación, supresión y/o rumia) en función de las relaciones que mantienen con los síntomas psicopatológicos o trastornos como tal (Barlow et al., 2015; Díaz, 2014; Hervás, 2011; Silva, 2005); confirmando índices moderados de validez concurrente, coherentes con el modelo de Gross.

Referente a otros tipos de validez, para posteriores estudios se sugiere la realización de una validación de contenido por parte de jueces expertos en el área clínica y psicométrica a fin de evaluar si el instrumento constituido por 10 ítems mide todo el constructo de RE.

En tercer lugar, al querer analizar si hay diferencias entre hombres y mujeres al implementar las estrategias de regulación emocional (supresión emocional y reevaluación cognitiva), siguiendo el análisis de autores como Ribero-Marulanda & Gutiérrez, (2013), Díaz, (2014), Hervás, (2011) y Silva, (2005), quienes plantean que las mujeres tienden a suprimir sus emociones menos que los hombres, teniendo efectos positivos como mejoras en el afecto y mejor funcionamiento social. En la presente investigación se halló que efectivamente en el contexto colombiano las mujeres presentaron menores niveles de supresión que los hombres. Esto partiendo de aceptación e instauración de pautas comportamentales en las mujeres, que por lo general suelen ser más expresivas emocionalmente (Lemos & Londoño, 2006; Gartzia, Aritzeta Galan, Balluerka Lasa, & Barbera Heredia, 2012), así como las competencias y habilidades sociales y emocionales que se instauran y enseñan desde la infancia, además de los patrones y estereotipos de género que suelen seguirse y transmitirse generacionalmente; en donde al género femenino se le enseña, permite y valida la expresión de emociones y sentimientos, facilitando el desarrollo de habilidades y estrategias como la reevaluación, aceptación y solución de problemas; versus el patrón rígido y de poca expresión de sentimientos abiertamente a los hombres, generando que tiendan a suprimir dichas expresiones con mayor probabilidad. Hallazgos que pueden aportar desde la psicología clínica a ampliar y visibilizar la importancia del abordaje en el entrenamiento de repertorios más amplios de expresión emocional, flexibilidad psicológica, regulación emocional y habilidades fundamentales como la resolución de conflictos y tolerancia al malestar (por poner un ejemplo), esenciales en el desarrollo socio emocional de niños, niñas y adolescentes tal y como lo plantean Caycedo et al., (2008) y Cano, (2011).

Esta investigación tiene como fortaleza que no se centró en la recolección de la muestra en estudiantes universitarios, ya que como se señala en la descripción de la población, no se realiza una discriminación entre estudiante, empleado y demás categorías utilizadas, sino que se profundizó en indagar otras características de la población, no limitando su distribución a una población en específica sino de amplios rangos de edad, ocupación y grado de escolaridad de la muestra recolectada.

Conclusión

El ERQ al ser aplicado en la muestra de 565 adultos colombianos y tras realizar un AFE y un AFC se corroboró que mantiene la estructura de dos factores no relacionados de reevaluación cognitiva y supresión emocional propuesto por Gross & John, (2003) en su cuestionario y modelo original. El estudio arroja evidencia satisfactoria para la validez y confiabilidad del instrumento; dadas estas características, la prueba puede ser usada en el contexto colombiano, aunque se recomienda que en futuras investigaciones se confirmen dichas características psicométricas. Esto resulta beneficioso para el uso de profesionales de la salud mental dado que permite medir el uso de estrategias de RE y en esa medida aporta en la comprensión de conductas e indicadores que favorecen o protegen del desarrollo de trastornos o alteraciones del estado de ánimo.

Ahora, si bien la presente investigación tuvo como fortaleza la no aplicación exclusiva en estudiantes universitarios y un amplio rango de edad en su validación, para futuras investigaciones se recomienda realizar la aplicación del instrumento en población clínica, pues este ejercicio de validación se realizó con población general; también se sugiere ampliar el rango geográfico de aplicación ya que la muestra tuvo gran representatividad de Cundinamarca, más que de otros del país, así como buscar una equivalencia en la cantidad de participantes de ambos sexos para evitar posibles sesgos en los resultados vinculados a esta variable.